

www.trome.com
facebook.com/tromepe
@tromepe
MÁS DE 200 MIL SOLES EN PREMIOS
trome
AÑO 24 | Nº 8536
MIÉRCOLES 5 DE MARZO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20
INSCRÍBETE AL 710-0260 O INGRESA A trome.com
HOY S/200
1 PREMIO DE 15,000 SOLES
1 PREMIO DE 5,000 SOLES
15 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES
1,800 PREMIOS DE 50 SOLES
HOY CUPONES GRATIS
EDICIÓN ESPECIAL
VENCIÓ 2-1 A DEPORTES IQUIQUE CON GOLES DE BARCOS Y CASTILLO
ALIANZA GANÓ COMBATE A CHILENOS
ESTÁ CON UN PIE ADENTRO A FASE DE GRUPOS DE COPA LIBERTADORES
Páginas 11 y 12
EL 'BOMBÓN' ANOTÓ UN GOLAZO Y EL MARTES SE DEFINE TODO EN MATUTE
300 BOMBEROS LUCHAN POR SOFOCAR LAS LLAMAS
ALMACÉN ARDIÓ DOS DÍAS
PÁGINA 9
CHIBOLO GENIO BRILLÓ EN SAN MARCOS
NIÑO DE 12 INGRESÓ A INGENIERÍA NUCLEAR
PÁGINA 7
CASTILLO ARMA BERRINCHE EN JUICIO
FISCALÍA ACUSA A ANÍBAL TORRES DE ARMAR DISCURSO DE GOLPE DE ESTADO
PÁGINA 8

## ENCUESTA



SÍ 95% NO 5%

**AYER** ¿Cree que Juan Santiváñez pagó sobornos a jueces?

**HOY** ¿Cree que Dina Boluarte es víctima de acoso político?

RESPONDA EN TROME.COM

# PALABRAS DEL ALMA

"Es realmente vergonzoso que alguien que llegó a ser presidente del Poder Judicial (Duberlí Rodríguez) sea hoy el abogado de un golpista (es abogado de Aníbal Torres) y que justifique con argumentos delirantes que Castillo no hizo lo que hizo".

**ALEJANDRO CAVERO (CONGRESISTA)**



"La presidenta Dina Boluarte es a ministro Juan Santiváñez, como fiscal de la Nación, Delia Espinoza, es a fiscal supremo Pablo Sánchez. Encubriendo a personas cuestionadas que deben responder ante la justicia".

**KATHERINE AMPUERO (EXPROCURADORA)**

| DÓLAR | | EURO | |
|---|---|---|---|
| 3.66 | 3.69 | 3.89 | 3.82 |
| COMPRA | VENTA | COMPRA | VENTA |

**CLIMA**

MÁXIMA 27° MÍNIMA 21°

trome
Editor General: José Castillo Altez
Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21. Teléfono: 311-6500.
Fax: 311-6353. Página web: www.trome.com E-mail: trome@trome.com Publicidad: 708-9999.
Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N° 530, Pueblo Libre, Lima 21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2001-1992
**Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.**

# LA SEÑO MARÍA



## MACARENA SE PASA DE TRAGOS

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un arroz chaufa de mariscos, servido con wantán frito. Para tomar pidió un emoliente heladito. **"María, triste espectáculo el realizado el fin de semana por la influencer Macarena Vélez, quien al salir de una discoteca tuvo que ser cargada al hombro por Juan Ichazo, el aún esposo de Johana Cubillas, pues no podía ni pararse.** En el 2019, sufrió tocamientos indebidos de parte de un abogado, cuando salía igualmente muy pasada de copas de un local de bailes. El tipo incluso estuvo en prisión. Está bien que la juventud se divierta las veces que quiera sin hacer daño a nadie, pero no al extremo de arriesgar su integridad. Tampoco de someter a la pena y la vergüenza a sus familiares. **Mal también de sus supuestos amigos, que le permiten tomar licor hasta prácticamente perder el conocimiento.**
Eso no está bien. Ella debe reflexionar sobre lo que está haciendo, pues ya no es una adolescente. Y si tiene problemas con el alcohol, debería acudir a un especialista. Los jóvenes deben verse en el espejo de la ex chica reality y no seguir su ejemplo, que es malo. Los padres también deben aconsejar a sus hijos, en especial a las mujercitas, a siempre mantener la cordura y comportarse con educación. Los escándalos no benefician a nadie. Y en estas épocas de Internet global, cuando pasen los años sus hijos podrán ver cómo era su madre. **Diferente es el caso de los muchachos que acaban de ingresar a la Universidad de San Marcos, luego de meses de arduo estudio, esfuerzo y sacrificio.** Cada historia es más conmovedora que la otra, como la del niño de 12 años que ingresó a Ingeniería Nuclear o los dos invidentes que lideran la lista de ingresantes en su facultad. Como decía antes, está bien la diversión y el relajo luego de una semana de mucho trabajo, pero siempre con ecuanimidad. No estoy de acuerdo con los que dicen que hay que 'divertirse hasta morir'. Los peligros están en todas partes. Los ebrios pueden chocar sus vehículos, las chicas se arriesgan a ser violentadas y otras personas ser víctimas de peperas. Hay que reflexionar mucho". Buenas palabras de Gary. Me voy, cuídense.

## KARRY




# LOS 'TUITS' DEL DÍA



**@Limaantigua**
**LIMA ANTIGUA**

¡Increíble! Turistas llegaron para tomar una foto del incendio en Barrios Altos y luego se fueron. Señor alcalde López Aliaga, señor Luis Bogdanovich, ¿ya somos potencia mundial?



**@SanMarinoTeam**
**SAN MARINO FÚTBOL SM**

Nunca en mi vida pensé ver ganar tantas veces seguidas a Alianza Lima en la Copa Libertadores. Se está cogiendo a todos. Estamos en otra línea temporal, se está rompiendo toda la Matrix.

# HABLAN LOS TROMES

### Siniestros en el Perú

Hay que empoderar más a los municipios para evitar siniestros como en el Real Plaza de Trujillo o el almacén de comida china en el centro de Lima. Hay muchos locales que no están bien construidos pero consiguen licencia, muchas veces a manos del Poder Judicial con acciones de amparo. En el segundo caso felizmente no hubo fallecidos, pero todo el Cercado se asustó.

**Edgardo Lazo del Pliego**
Vecino del Cercado de Lima

**Esa es la situación de miles de negocios y locales en el Perú. Hay leyes para proteger a los dueños de negocios que no cumplen con las normas. Las autoridades saben lo que pasa, pero no intervienen. En cualquier momento ocurre otra desgracia.**

### Ministro regalón

El ministro del Interior paga treinta mil soles a su vocero para que hable en lugar de él. Y mientras tanto, hay cientos de colegios sin computadoras, Internet y con techos que se caen. Los burócratas manejan la plata como si se tratara de papeles sin valor. Solo les pedimos más criterio y dejen de ser engreídos. Cuando se vayan y vuelvan a ser las pequeñas personas que son, su vida cambiará.

**Cristian Ascacíbar Grande**
Vecino de Surquillo

**La presidenta Dina Boluarte, que no da entrevistas ni responde preguntas, también tiene un vocero con un gran sueldo solo por hablar de vez en cuando. Como no es su plata, la regalan como quieren. Felizmente en un poco más de un año se irán.**

## EMERGENCIAS

| | | | |
|---|---|---|---|
| Bomberos | 116 | Escuadrón Verde | 4276904 |
| Emergencias | 105 | Luz del Sur | 6175000 |
| Defensa Civil | 115 | Sedapal | 3178000 |
| EsSalud | 4118000 | Indecopi | 2247777 |
| Águilas Negras | 3623277 | Pluz Energía | 5171717 |

*'PAJARITO'*

# Lo chapan en camionetón robado y con 12 celulares



Tras un feroz tiroteo y persecución, un sujeto fue atrapado en Breña cuando fugaba en una lujosa camioneta Audi robada y con doce celulares, dos laptops, un notebook y un iPad hurtados. Vecinos vieron el asalto a mano armada a una pareja de esposos, en Pueblo Libre, y lo efectivos de Los Halcones del Escuadrón de Emergencia persiguieron y detuvieron la camioneta negra en la que dos ladrones huían, entre los jirones Varela y Orbegoso. Allí cayó el chofer Flavio Ysrael Laines Bermúdez (28), 'Pajarito'. Su cómplice huyó. Se halló dos pistolas y lo robado, cubierto con papel aluminio para no ser ubicado por GPS. (E. C.)

FLAVIO LAINES (28)

*EN PELEA*

## Venezolano corta a peruano

Un venezolano fue arrestado en el Callao por atacar con una botella de vidrio rota a un peruano en la puerta de una licorería donde bebía alcohol.

Las manchas de sangre en la ropa que llevaba puesta delataron a José Antonio Ramos Gómez (37) y efectivos del Escuadrón de Emergencia lo detuvieron cuando huía.

Le infirió cortes en el brazo a Nehemias Sánchez, con quien se peleó frente a una tienda de licores en la cuadra siete del jirón Colón. Tiene una denuncia por violación sexual del 2020. (E. Cirilo)

JOSÉ RAMOS (37)

HAMPONES EXTORSIONAN A NEGOCIOS DEL CERCADO DE LIMA Y POLICÍA CREE QUE CAUSARON VORAZ SINIESTRO EN BARRIOS ALTOS

*EN LA VICTORIA*

# 'PANTERAS' CAEN CON AMETRALLADORA




Hallaron un mensaje que dice: 'Págame por el incendio del depósito'

Cayeron integrantes de una banda de extorsionadores que aterroriza a comerciantes del Cercado de Lima y se protegían con una ametralladora. Ellos habrían provocado el pavoroso incendio en un almacén de los Barrios Altos. 'Las Panteras del Amanecer' fueron interceptados cuando retornaban a su guarida en un mototaxi y una moto scooter, en la cuadra seis del jirón García Naranjo, La Victoria. Detectives de la División Antirrobos de la Dirincri rápidamente los redujeron.

Se trata de los exreos Gilmer Ríos Salas (44), 'Jimy'; Christian Rojas Puente (37), 'Cris'; los hermanos Juan Manuel (33) y Carlos (24) Díaz Puerta. También Jeyson Utemura Noriega (28), 'Farruko', y Jordanny Rujel Díaz (21).

El coronel PNP Juan Montufar Lezama, jefe de la Brigada Antirrobos, dijo que existen serios indicios de que esta mafia provocó el incendio en la cuadra 4 del jirón Cangallo.

"Págame por el incendio del depósito", sería el mensaje hallado a un detenido y que se lo envió al cabecilla de la mafia.

Otro mensaje: "Avísame a quién le doy la moto y el fierro para darle vuelta a la señora".

Los agentes sospechan que sería parte de la organizacion 'Los Mexicanos'. (E. Cirilo)

1 PREMIO DE 15,000 SOLES 1 PREMIO DE 5,000 SOLES 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES

*PARTICIPA Y GANA

# ¡MÁS DE 200 MIL SOLES EN PREMIOS!

EL LUNES ENTREGAMOS LA NUEVA CARTILLA Y AHORA PEGA LOS CUPONES PARA QUE TE LLEVES MONTOS DE HASTA 15 MIL SOLES

El Mochilón Regalón

La promoción El Mochilón Regalón reparte más de 200 mil soles en premios para que compres los útiles escolares. Y tú puedes ser uno de los ganadores.

Todas las cartillas son diferentes, así que mientras más tengas mayores serán tus chances.

Tenemos más de 2800 premios, con montos en efectivo de hasta 15 mil, 5 mil y mil soles.

¡Piensa en lo que podrías hacer con ese billetón! Con esa platita compras los útiles, uniformes y pagas las pensiones.

**JÚNTALOS**

Además, todos los días publicamos los cupones que debes recortar y pegar en tus cartillas. ¡No te los pierdas!

**LLENA UNA COLUMNA**

- **Los lunes,** durante las 5 semanas que durará la promoción, recibe gratis una cartilla con tu Trome.
- **Mientras más cartillas tengas,** mayores posibilidades de ganar.
- **Todos los días publicamos** los cupones. De lunes a viernes te damos seis. Mientras que los sábados y domingo son ocho.
- **Ganar es fácil.** Solo llena con los cupones los cinco recuadros de una de las letras de BINGO.
- **De esa forma,** si completas los cinco casilleros de la B serán tuyos los 15 mil soles.
- **Si rellenas la I** te llevas los 5 mil soles.
- **Las letras** N, G y O también tienen premios.

*¡ATENCIÓN!

## ASÍ COBRAS TU DINERO AL TOQUE

Participa con fe. Es que El Mochilón Regalón es un juego muy fácil. Los ganadores en Lima de 50 y 100 soles deben acercarse a su canillita más cercano para validar su cartilla. Luego, recibirán una citación en máximo dos días para acudir a la agencia más cercana y reclamar su dinero.

Para premios de 1000 soles o más, deberán ir personalmente al **jirón Paracas 530, Pueblo Libre, solo los días martes y jueves, de 10 de la mañana a 1 de la tarde, y de 2 a 4 de la tarde.**



*TODOS LOS DÍAS

## Súper Llamada regala platita calientita

No te quedes sin platita en el bolsillo. Lee esto con atención: la Súper Llamada Ganadora de Trome sortea dinero calientito a manos llenas. De lunes a sábado damos 200 soles y los domingos sale el 'reventón semanal' de 1500 soles. Si quieres participar, inscríbete llamando al **710-0260** o en la web **trome.com**. Hazlo de 6 de la mañana a 4 de la tarde. Un notario dará fe de la legalidad del acto en nuestro local, a realizarse desde las 5 de la tarde.

**SUERTUDA**

Ayer, nuestra lectora Domitila Quintanilla, del distrito de San Miguel, se llevó los 200 soles de la jornada con el 'número de la suerte' 2108528. Así como ella tú también puedes llevarte platita calientita a casa.

*ALERTA

## Verifica si te depositan tu AFP



Atención, trabajadores: La manera más sencilla de verificar si su empleador cumple con depositar sus aportes al fondo de pensiones es revisar el estado de cuenta de su AFP todos los meses y comparar esa información con el detalle de las boletas de pago del lugar donde trabaja.

Según la Asociación de AFP (AAFP), para revisar el estado de cuenta se debe ingresar a la web de la AFP a la que se encuentre afiliado, o acceder a través de la aplicación de cada una.

*IQUITOS

## Once salvan de morir en avioneta



Once pasajeros salvaron de morir de forma milagrosa, luego que la avioneta de la empresa Saeta Perú en la que viajaban sufrió un despiste cuando aterrizaban en el aeródromo de Gueppi, en Putumayo, Loreto. La nave, que salió de Iquitos, tuvo problemas en su intento de aterrizar. Personal del Ejército asistió por lesiones leves a los viajeros.

**NI SIQUIERA ACABÓ LA PRIMARIA, SE IMPUSO A 8 MIL JÓVENES DE SU CARRERA Y NO PODRÁ OCUPAR UNA VACANTE POR SU EDAD**

CON SUS PADRES Y HERMANA

**SEPA QUE...**

- Luis Alexander planea participar de olimpiadas internacionales de matemática y física. A futuro le gustaría estudiar Medicina.
- San Marcos tiene más de 29 mil postulantes en total, para 5130 vacantes en 74 carreras profesionales.

GENIO

# NIÑO DE 12 ENTRA A INGENIERÍA NUCLEAR DE SAN MARCOS

Su mamá es ucraniana y su papá dice que le gustan los drones y el fútbol

LUIS ALEXANDER PIMENTEL LYAKH

POR: ISABEL MEDINA

El hogar de Olga y Rolando vive la alegría y orgullo del triunfo de su pequeño campeón, que con solo doce años ingresó a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, en el puesto once de Ingeniería Nuclear.

Luis Alexander Pimentel Lyakh es el talentoso adolescente. Obtuvo 1021 puntos, y aunque no podrá ocupar esa vacante por su edad y a que le falta terminar el colegio (aún no entra a secundaria), resalta su mérito pues se batió con más de ocho mil postulantes.

"Muy felices y orgullosos de mi hijo. Con solo 12 años de edad acaba de ingresar a la Universidad Nacional de San Marcos", dijo emocionada en redes sociales Olga, originaria de Ucrania.

El adolescente contó a Andina que le gustan las ciencias y la ingeniería y le atrajo enterarse que San Marcos abría nueva carrera de Ingeniería Nuclear. Él quería probar su nivel y se preparó dos meses de vacaciones, apoyado por su hermana Emita.

Su papá, Rolando, señaló que es importante equilibrar estudio y entretenimiento, y su hijo disfruta como todo chico de su edad. "Le gusta mucho estudiar, los drones, natación y fútbol", dijo.

**CACHIMBAS**

Entre historias de superación, también destacan los logros de Jazmín Fernández y Stephanie Samaniego, cachimbas invidentes de 17 años. Rindieron examen de Ingreso Extraordinario I-Personas con Discapacidad. En esa modalidad, Jazmín logró el primer lugar en la carrera de Lenguas, Traducción e Interpretación, y Stephanie en Educación Primaria. Ellas se prepararon en la academia Saco Oliveros, con constante apoyo de sus madres e integran el proyecto Lingua Universalis, liderado por Abigail Terán para educación inclusiva en Ciencias Formales.



STEPHANIE SAMANIEGO

JAZMÍN FERNÁNDEZ

A PROTEGERSE

## Fuerte calor seguirá hasta mediados de marzo



Ola de calor diurno acompaña a Lima y temperaturas hasta de 32 °C podrían seguir hasta mediados de marzo, informó el Senamhi. Además, hay altos niveles de radiación ultravioleta. Todo eso expone a los escolares a golpes de calor (el cuerpo pierde mucha agua y su temperatura supera 40 °C, por exposición prolongada al sol o actividad física en ambiente cálido y con poca ventilación).

El lunes hubo 31.9 °C en La Molina y 30.1°C en Jesús María.

Ayer, la máxima rondó los 31 °C y en Carabayllo hubo radiación UV extremadamente alta.

Se aconseja usar gorra, bloqueador solar e hidratación. Aracelly Bravo, docente de Nutrición del Instituto Carrión, indicó la lonchera refrescante: dos tajadas de queso fresco, media taza de choclito, una taza de sandía y medio litro de limonada. El Gran Mercado Mayorista aconseja brochetas de frutas, panqueque de plátano, queque de zanahoria y jugos naturales. (I. M.)

HAY 48 MIL EN EL PERÚ

## Aumentan casos de obesidad infantil

Preocupante aumento de sobrepeso y obesidad en niños desde los tres años, alerta EsSalud. El nutricionista clínico José Eduardo, del hospital Rebagliati, informó que incluso hay registro de más de 1200 nuevos casos en menores de entre 0 y 11 años (47,600 en el 2023 y 48,847 el año pasado).

"La obesidad puede derivar en hipertensión arterial, diabetes y otras afecciones crónicas. Los hábitos saludables deben inculcarse desde la infancia", enfatizó.

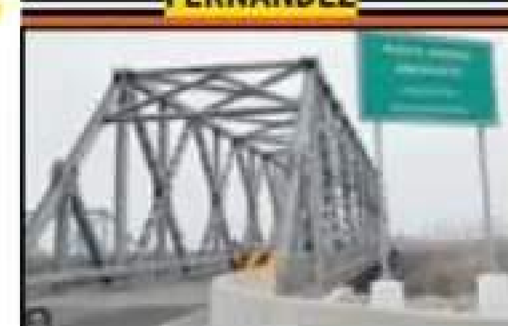
Ayer, Día Mundial de la Obesidad, el Ministerio de Salud informó que 25.6% de peruanos mayores de 15 años sufre obesidad. Y 7 de cada 10, entre 30 y 59 años, está obeso o con sobrepeso. (I.M.)

MUNICIPALIDAD DE LIMA

## Pagan hasta 10 mil soles por datos para capturar a rateros



Para reducir los altos índices delictivos en nuestra ciudad, la Municipalidad de Lima implementó la línea telefónica 610-1010, de la central de operaciones del GEIM (Grupo Especializado de Inteligencia Municipal). En ella se podrá denunciar, de manera anónima, actos delictivos. "Si la información es verídica y ayuda a dar con el paradero de inescrupulosos, se entregará compensación económica de hasta diez mil soles, a través del Programa de Recompensas con apoyo de empresas privadas por medio de la Fundación Lima", informaron.



AEROPUERTO JORGE CHÁVEZ

## Puentes se caerán

Los puentes modulares instalados por el gobierno de Dina Boluarte para conectar al nuevo aeropuerto Jorge Chávez con la avenida Morales Duárez, en el Callao, presentan un 'riesgo latente de colapso en 2028', advirtió el Ositran.

El documento oficial indica que se ha realizado un análisis llamado 'Capacidad vial del acceso provisional al nuevo terminal', que ha detectado serias reducciones en la capacidad de estas vías para soportar el alto tránsito producto de la llegada y salida de pasajeros en el terminal aéreo.

**ARMÓ SHOW BOTANDO AL ABOGADO QUE LE PUSIERON** y dice que ya se sabe qué va a pasar con su caso





POR GOLPE DE ESTADO

# CASTILLO HACE BERRINCHE EN INICIO DE JUICIO ORAL

La Sala Penal Especial de la Corte Suprema instaló ayer el juicio oral contra el vacado expresidente Pedro Castillo, acusado del presunto delito de rebelión y otros ilícitos, debido al golpe de Estado que realizó el 7 de diciembre del 2022, y por lo que la Fiscalía pide 34 años de prisión efectiva.

El exmandatario intentó dilatar el inicio del proceso en la sala de audiencias del penal de Barbadillo, donde cumple prisión preventiva, que vence en diciembre. Acudió sin abogado, y señaló que 'como presidente constitucional, no acepto y no me someto a ser juzgado en este 'juicio' por esta Sala Penal Especial'.

La magistrada Norma Carbajal le preguntó nuevamente por su abogado, pero Castillo dijo que 'no hay razón de venir con un abogado, toda vez que no puedo ser sometido a un juicio oral donde todo parece estar confinado'. Y agregó que no cometió ningún delito.

"Jamás he cometido el delito de rebelión y el Ministerio Público ha traído acá a los coacusados, que nada tienen que ver en este proceso. Nunca han tenido participación antes, durante ni después; ni directa ni indirectamente aquel 7 de diciembre del 2022", apuntó.

**El punto más débil de la defensa de Castillo es que no logró reemplazar a Benji Espinoza. La falta de defensa eficaz lo llevó a juicio sin saber que el derecho a un defensor es irrenunciable; solo puede designar un defensor de confianza o aceptar defensor público".**

**CÉSAR NAKAZAKI (ABOGADO PENALISTA)**



**LO IMPUTAN**

→ **La fiscal** adjunta suprema Galinka Meza Salas sustentó las imputaciones contra Castillo Terrones, y remarcó que esto 'no tiene precedentes en nuestra historia'.

→ **"Como** consecuencia de la distribución de los roles, el acusado Aníbal Torres Vásquez redactó el mensaje a la Nación que debía ser leído por el acusado Castillo Terrones el 7 de diciembre de 2022. Por ello, tenemos en este juicio al perito Arturo Ernesto Lazarte Vilca, quien dará cuenta cómo fue encontrado ese archivo en 'mensaje.doc', el mismo que fue creado el 6 de diciembre de 2022", detalló.

→ **A la audiencia** acudieron los otros acusados, como el mismo Aníbal Torres, Betssy Chávez y Willy Huertas.

Fiscalía **ACUSA A ANÍBAL TORRES** de redactar el discurso golpista

**EL HORARIO**

→ **La Sala** suspendió la audiencia hasta mañana jueves. Las sesiones serán los martes, jueves y viernes.

RECONOCE FISCAL DE LA NACIÓN, DELIA ESPINOZA

## 'Factor sorpresa se esfumó' en caso Santiváñez

La fiscal de la Nación, Delia Espinoza, señaló que el factor sorpresa 'se esfumó' en el caso del allanamiento a la vivienda del ministro del Interior, Juan José Santiváñez.

"Ya lo que hemos hecho es cumplir con una formalidad, porque el factor sorpresa se esfumó, se diluyó, ya no hay, porque la razón de ser de



un allanamiento es el factor sorpresa para encontrar elementos que estén vinculados a nuestra investigación", dijo a Nativa.

En tanto, el presidente del Congreso, Eduardo Salhuana (APP), pidió serenidad y la prudencia a la presidenta Dina Boluarte, quien acusó a los medios de comunicación y al Ministerio Público de acoso político y de un 'golpe de Estado blanco'.

"No comparto esos puntos de vista. Podemos discrepar, puedo no estar de acuerdo con afirmaciones en algunos medios de comunicación, pero la prensa tiene todo el derecho en una sociedad democrática de expresarse como lo está haciendo", indicó.

74 MIL MILLONES DE DÓLARES

## Récord de exportaciones



La ministra de Comercio Exterior y Turismo, Desilú León, reveló que el récord de exportaciones alcanzado por el Perú en el 2024, de 74,664 millones de dólares, fue gracias a que más de 9700 empresas peruanas exportaron sus productos a 178 países.

"El 85% fueron Mipymes, que han encontrado en las exportaciones una oportunidad para expandirse de esta forma", dijo.

'ES UN DERECHO', SEÑALA

## Defensoría pide 'visita íntima' para presos

La Defensoría del Pueblo presentó un proyecto de ley ante el Congreso, para modificar el artículo 41 del Código de Ejecución Penal, y así establecer la 'visita íntima' para las personas que estén privadas de su libertad.



"La administración penitenciaria estimula e intensifica las comunicaciones y visitas en cuanto sean beneficiosas para el interno y evita aquellos contactos con el exterior que le resulten perjudiciales. La visita íntima es un derecho de toda persona privada de libertad", dice la propuesta de Josué Gutiérrez.

PODER JUDICIAL

## Ven impedimento de salida contra Demartini

El juez supremo de investigación preparatoria Juan Carlos Checkley realizó la audiencia en la que se evaluó el pedido del Ministerio Público para que se dicte un impedimento de salida del país por nueve meses contra el exministro Julio Demartini, en el marco del caso Qali Warma.



La Fiscalía le imputa el presunto delito de negociación incompatible, por aparentemente favorecer a la empresa Gambrinus; y el posible delito de obstrucción a la justicia, tras haber recurrido a una tercera persona para presionar a Noemí Alvarado (quien denunció este caso). Demartini negó todo, rechazó una obstrucción a la justicia y descartó que vaya a ser embajador.

*ESPAÑA

# Loco intenta abrir puerta de avión en pleno vuelo

Un pasajero causó pánico en un vuelo tras intentar abrir la puerta de emergencia en el aire.
El impactante incidente ocurrió en el vuelo 701 de Plus Ultra de Madrid a Caracas, cuando el Airbus A330 sobrevolaba el Atlántico.
El hombre saltó de su asiento y se lanzó hacia una salida de emergencia, tirando de la palanca de la puerta. Los asistentes de vuelo lo intervinieron con ayuda de otros viajeros.



*EE. UU.

# Robots dominarán el mundo en 5 años

Elon Musk predijo que hay un 20% de posibilidades de 'aniquilación' a manos de chatbots o robots psicópatas. Cree que la inteligencia artificial sería mejor que cualquier persona en un año o dos. Y dentro de los próximos cinco la IA será incluso más poderosa que la humanidad.
"Alrededor de 2029 o 2030, probablemente, el mundo cambiará", dijo.

ELON MUSK

*EE. UU.

# Voz de la Cenicienta falleció a los 81 años

ILENE WOODS

Ilene Woods no es alguien normal. Es la voz de Cenicienta en las primeras películas de Disney sobre el personaje de leyenda, que cumple 75 años.
Incluso ella interpretó uno de los temas del filme: 'A Dream Is A Wish Your Heart Makes'.
Woods murió a los 81 años en 2010 por causas relacionadas con el alzhéimer, en California.
El propio Walt Disney la escogió entre 300 cantantes por su hermosa voz.

## CERCA DE 300 BOMBEROS LUCHAN CONTRA SINIESTRO QUE EMPEZÓ EN ALMACÉN CLANDESTINO Y SE PROPAGÓ A OTROS EDIFICIOS

*NO SE PUEDE APAGAR

# Infierno es incontrolable en el Centro de Lima

POR: ISABEL MEDINA

Con estructuras que colapsan, fuego interno que no calma y decenas de familias sin su hogar continuó por segundo día el incendio en Barrios Altos, que inició en un almacén clandestino y se propagó a cinco inmuebles colindantes y dos quintas familiares. Casi una cuadra afectada por el siniestro.

Con arduo trabajo, y pese a carencias de agua, más de 60 unidades del Cuerpo General de Bomberos, con 300 hombres, lograron contener el incendio en la cuadra 4 del jirón Cangallo, pero la lucha por extinguirlo podría durar hasta mañana. "Aún representa peligro. Hay estructuras que pueden colapsar. No hay vidas adentro, para qué arriesgar la de los propios bomberos", indicó el comandante general Juan Carlos Morales.

Con maquinaria pesada abrieron forados en paredes para lanzar agua; pero "al 70% del incendio no se ha podido echar ni una gota porque no hay forma de entrar, no hay escaleras. Estas edificaciones las han metido al centro de una manzana, hay que atravesar quintas. Es una locura", explicó a RPP el brigadier general Alfonso Panizo Otero.

Hay cinco bomberos heridos y 17 afectados por inhalación de humo.

Mario Casaretto, gerente de gestión de riesgos de desastres de la Municipalidad de Lima, señaló que el local, de seis niveles, operaba sin licencia. "Está clausurado, es depósito clandestino", refirió. Se supo que adentro hay de todo: líquido de frenos, plásticos, juguetes, aceite de cocina, sillao, sillas y otros inflamables.

Algunos afectados lograron sacar documentos, ropa, artefactos. "Recuperé mi tesis antes que se queme", dijo uno. Otros solo su vida y sus mascotas. La Municipalidad de Lima brinda alimento y albergue temporal en la plaza Italia para los damnificadas, por ahora a 19 empadronados.




- **En las labores, César Velásquez, trabajador de Sedapal, perdió parte de un dedo y será intervenido. El accidente "afectó el pulpejo del índice derecho". Fue atendido en el hospital Almenara, luego en la clínica Internacional, con póliza por accidente de trabajo.**
- **Más de veinte personas, entre bomberos y vecinos, fueron afectadas por inhalación del humo tóxico.**
- **El siniestro es de código 4. Se investiga las causas.**



Guardaba líquido de frenos, comida china, juguetes y plásticos



Adriana Villena es ingeniera industrial, trabajó en grandes empresas transnacionales, pero decidió crear su propio negocio, pues en el mercado no encontraba ropa para ella, que mide 1.50. Siempre tenía que modificar las prendas convencionales y se dio cuenta de que muchas mujeres pasaban por lo mismo. **Petit Style** busca empoderar a la mujer aceptando su cuerpo y su estatura.

**Adriana, ¿a qué te dedicabas antes de tener este negocio?**
Soy ingeniera industrial de la Católica, y desde que empecé la carrera siempre me interesó mucho el área comercial. La carrera te abre muchas puertas, puedes ir a trabajar en minas, a finanzas, a marketing y otras áreas. Trabajé en IBM, Nestlé y otras, y con toda esa experiencia decidí administrar mi marca de ropa.

**¿Por qué nace la necesidad de crear ropa para mujeres de baja estatura?**
Es por mi experiencia personal. Mido 1.50 y durante toda mi vida he tenido problemas para encontrar ropa que me quede bien y sin hacerle ajustes. Según el Instituto Nacional de Estadística, en Lima, las mujeres miden 1.53 y en provincias 1.51.

**¿Cuál es tu público objetivo?**
Mujeres entre los 20 y 45 años, que busquen comodidad y que tengan prendas que no necesiten hacerles ningún ajuste.

**¿Cuál ha sido tu mayor dificultad al empezar Petit Style?**
Encontrar un taller que me haga una producción, ese fue mi cuello de botella. Pasé meses buscando, perdí tiempo, y eso me desmotivaba.

**¿Qué dicen tus clientes sobre tu marca?**
La mayoría de las mujeres salen contentas. Las mujeres Petit tienen desgaste mental cada vez que van en busca de ropa para su talla y no la encuentran. Son felices porque aquí las asesoramos y me dejan su feedback en el Google Maps para que otras personas conozcan la marca.

**¿Cómo haces para promocionarte?**
¡Qué mejor que yo misma! Soy modelo de mi marca, me pruebo todo lo que hago y lo comparto en las redes sociales. La red que más funciona es el TikTok.

**¿Cuáles son tus canales de venta?**
Nuestra página web y el WhatsApp, a las clientas les gusta que la atención sea personalizada y que las asesore.

**¿Cuáles dirías que han sido los logros con tu propuesta?**
Ganar un Boocamp a nivel Latinoamérica, donde participaron más de 1600 proyectos. Les gustó que esta marca me representa y que encontré un nicho para mi público en Perú.

**¿Cómo te ves en cinco años?**
Me veo con la marca bien posicionada. A corto plazo ampliaré el catálogo y tendré un canal de venta como tiendas en diferentes puntos o un showroom. También saliendo al extranjero porque muchas personas me piden ropa de Argentina, México y Venezuela.

**¿Cuál es la prenda que sale más?**
Hice una encuesta y la prenda más pedida son los pantalones. Trabajamos diferentes largos con sus respectivas tallas.

**¿Piensas ingresar a retails?**
Me gustaría porque es un canal más grande y quiero que conozcan la marca y que vivan la experiencia.



PETIT STYLE

# ‘Mido 1 metro 50 y no encontraba ropa para mí’

**ADRIANA VILLENA ES INGENIERA INDUSTRIAL, TRABAJÓ EN VARIAS EMPRESAS PERO DECIDIÓ ABRIR SU PROPIO NEGOCIO PARA QUE LAS MUJERES SE SIENTAN FELICES CON SU CUERPO Y ESTATURA**

## RAPIDITAS

**¿Qué debe tener en cuenta un emprendedor antes de tener su negocio propio?**
**Encontrar un mercado donde no haya sido resuelto un problema. Investiga.**
**Que le guste lo que hace. Un emprendimiento crece por la pasión que hay detrás de quien lo maneja.**

EMPRENDE trome

IG: @katty.gines
Twitter: @ktyGines
POR: KATTY GINES

# ERYC, EL BRAVO

Con golazo de Castillo, Alianza Lima ganó a Deportes Iquique en Chile y puso un pie en fase de grupos de Copa Libertadores

**Iquique.-** Estos no son los 'cazafantasmas', son los 'cazadragones'. Espada blanquiazul, corazón de caballero y escudo victoriano. Alianza Lima tenía la misión de encarrilar la eliminatoria de la fase 3 de la Copa Libertadores en casa de Deportes Iquique y lo hizo venciendo 2-1, en un encuentro donde pasó del dominio al retroceso y de la goleada al apretado marcador de cara a la vuelta del martes 11 de marzo en Matute.

Este Alianza cabalga hacia el horizonte feliz, ya que entre 1960 y 2024 apenas había superado un 'mata mata' de Libertadores. Ahora, con el 'Pipo' Gorosito en la banca está a punto de triplicar eso. Las razones son la personalidad, el juego en conjunto y jugadores que se turnan para aparecer. Eso sí, en el segundo tiempo pecó de vanidoso y falló chances que pudieron sellar una goleada y haber convertido la vuelta en mero trámite. El DT blanquiazul sorprendió con cuatro elementos ofensivos y a los 14' falló Alan Cantero, un minuto después Carlos Zambrano estuvo cerca.

Hasta que a la tercera fue la vencida y Guillermo Enrique filtró para Quevedo, quien centró y encontró a Hernán Barcos para convertir en su segundo duelo copero seguido (32'). Los 'dragones celestes' no tuvieron fuego en un primer tiempo casi perfecto de Alianza Lima, que puso de pie a todo el estadio 'Tierra de Campeones' cuando Eryc Castillo sacó un balón colocado al ángulo y no quedó más que aplaudir (35'). Las cosas liquidadas, eso parecía.

Porque Iquique tenía como único argumento los centros a su 'gigante' delantero Steffan Pino y algún pelotazo desde izquierda. Cuando arrancó el complemento, el pensamiento era uno solo: los íntimos iban a golear. Pero en lugar de ser frontales se buscó el golazo, el lujo, el lucimiento. Lo perdieron Barcos, Castillo, Quevedo y Alan Cantero. El local, con poquísimo, encontró el autogol de Carlos Zambrano a los 67'.

La risa se volvió seriedad y los dueños de casa metieron a Alianza en su campo, hubo dos malas salidas del golero Guillermo Viscarra y hasta un posible penal que el VAR no quiso revisar. Alianza tiene medio pie en fase de grupos, unos 'dragones' heridos y un corazón de caballero.

## DATAZOS

- **ALIANZA LIMA** ganó por primera vez como visitante en un 'mata mata' de Copa Libertadores.
- **LOS BLANQUIAZULES** han logrado tres triunfos en Chile por la Libertadores.
- **HERNÁN BARCOS** tiene cuatro goles en cinco partidos en este torneo.

**"La llave aún está abierta y queda cerrarla en casa con nuestra gente".**
Eryc Castillo, extremo de Alianza Lima

## ALINEACIONES



| D. IQUIQUE 1 | | ALIANZA LIMA 2 | |
|---|---|---|---|
| Requena | 5 | Viscarra | 5 |
| Orellana | 4 | Enrique | 5 |
| Casanova | 4 | Zambrano | 5 |
| Rodríguez | 5 | Garcés | 6 |
| Salinas | 4 | Trauco | 4 |
| Fernández | 5 | E.Castillo | 8 |
| Fuentes | 5 | Lavandeira | 5 |
| Hoyos | 4 | J.Castillo | 6 |
| González | 4 | Cantero | 6 |
| Puch | 4 | Quevedo | 5 |
| Pino | 4 | Barcos | 7 |
| DT: M. Ramírez | | DT: N. Gorosito | |

**ÁRBITRO:** Flavio Rodríguez (Bra/bien)
**CAMBIOS:** B. Soto (5) x Fernández, A. Ramos (5) x González, M. Dávila (5) x Orellana **(DI)**. F. Gaibor (5) x Cantero, R. Lagos (5) x Quevedo, M. Succar (4) x Barcos **(AL)**.




POR: EL BOMBARDERO

**DEL SAQUE** somos carnecita... **TRIUNFAZO PERUANO EN CHILE.** Alianza Lima era favorito y así se lo hizo saber a Deportes Iquique desde que arrancó el partido. Otra vez, el 'Pipo' les tapó la boca a los payasos que recibieron guita para venir a hablar mal de él. A mí no me quedan dudas, de ninguna manera es un vago como lo pintó su paisano que se paseó por algunos medios echándole barro con ventilador. Su equipo volvió a salir con personalidad y pudo sellar una goleada que hubiera sido lapidaria para los chilenos, pero así es el fútbol. Se ganó, pero aún queda un round. El próximo martes Matute debe ser un 'infierno' para alcanzar la clasificación. Sí, señores... **A DIFERENCIA DE AÑOS ANTERIORES,** la diferencia en el equipo la vienen haciendo los refuerzos. Esta vez se fichó bien. Ese ecuatoriano Castillo me dio la contra y con buen gesto técnico marcó una pinturita y la mandó al ángulo. Es veloz, desequilibra, pero le faltaba gol. Ayer fue el mejor del partido. Alan Cantero tiene visión para habilitar al mejor ubicado, Gaibor no desentona en la marca y solo Trauco sigue sin despertar. Él tiene una zurda privilegiada, pero aún está al 50 por ciento. Esta noche le toca a Melgar, yo soy rosado al mango, pero en un torneo internacional aliento a mis compatriotas. Y no va cher... **YA ME CONTARON** que el 'Chato que canta cumbia' mandó a su abogado para que vaya al arreglo con la 'patrona' y no diga nada en el sillón rojo, pero se fue de pepa. Ella no quiso escucharlo y con más ganas se despachó tirándolo feo al pelotero. Qué palta... **LA 'PULGA' SIGUE INVIRTIENDO.** Ahora ha comprado terrenos por Chilca y en 'one' está levantando un condominio en la zona. El hombre no presume de autos ni se regala con modelitos, pero es un bravo con los negocios y tiene varios ceros en el banco. Curuju... Me voy, soy fuga.

# 'GRACIAS A DIOS POR ESTA ALEGRÍA'




✖ Ecuatoriano Castillo festejó como loco su 'pinturita' y es pretendido por Independiente de Avellaneda

**Iquique.-** Sin duda, fue el jugador del partido. Para el hincha, para los compañeros, para Conmebol. Eryc Castillo también pasó a la historia y con su golazo se convirtió en el primer ecuatoriano en anotar con Alianza Lima en Copa Libertadores.

Esa 'joya' que 'pintó' a los 34' llegó acompañada de otra noticia: Independiente de Avellaneda pretende sus servicios, pero Castillo trata de no desconcentrarse y vivir su actualidad con los blanquiazules. "Esto es producto del trabajo y gracias a Dios que nos permite estas alegrías. En Lima será un partido muy duro, pero con nuestra gente y su apoyo podremos salir adelante", comentó.

Luego del compromiso, su gol empieza a ser voceado como el mejor en la fase previa del torneo continental. El jugador más explosivo de Alianza tiene fe en lo que viene y el pueblo íntimo cree en él.

## DATAZOS

✱**LOS VICTORIANOS** sumaron 7 partidos consecutivos en Libertadores anotando al menos un gol.

✱**JUAN JAYO,** que viajó con la delegación victoriana como cábala, celebró el triunfo desde el palco de honor.

**"Un paso más hacia el objetivo... Arriba Alianza. Partidazo de los muchachos".**
**Juan Jayo, exvolante de Alianza**



✱**DT DICE QUE DEBEN MEJORAR, LUEGO DE TRES AUTOGOLES SEGUIDOS**

## PIPO CON PIES EN LA TIERRA

**Iquique.-** En medio de la alegría, hay un asunto pendiente por corregir. Néstor Gorosito, técnico de Alianza Lima, celebró con euforia el triunfo, pero cuando vuelva a los entrenamientos tiene un tema por corregir: la defensa. Ayer, su equipo cometió su tercer autogol consecutivo: ante Boca Juniors (Miguel Trauco), frente a Cristal (Jhoao Velásquez) y Deportes Iquique (Carlos Zambrano). Los tres fueron casos fortuitos, aunque se originaron cuando los rivales superaron a sus laterales. "Faltan 90 minutos y esperamos hacerlo como en el primer tiempo ante Iquique. Es difícil predecir lo que puede pasar en el fútbol, no hay una receta única. Necesitamos mejorar", comentó el 'Pipo'.






✱**DEDICÓ SU GOL A 'LALIT... ARCHIMBAUD**

## BARCOS DE VICTORIA

**Iquique.-** Llegó para hacer h... ria. Hernán Barcos, con 40 añ... un ídolo en Alianza Lima y con gol... metió al hincha al bolsillo. Tras an... le a Deportes Iquique, se ha conve... en el futbolista en actividad con m... tos en la Libertadores defendiend... blanquiazules. Lleva seis en el hist... supera a Wilmer Aguirre, quien log... tar cinco en todas sus participacio... medio de la alegría, el capitán se a... de Jean Pierre Archimbaud y en su... pidió una camiseta del volante, qu... lesionado, para dedicarle su anota... 'Pirata' sigue sumando gloria y tan... aprecio en sus compañeros.




**VIERNES 7 DE MARZO**
✢ **Estadio 'Heraclio Tapia' (Huánuco...**
1:00 p.m. A. Universidad vs. D. Garcila...
✢ **Estadio 'Alejandro Villanueva'**
8:00 p.m. Alianza Lima vs. Ayacucho...

**SÁBADO 8 DE MARZO**
✢ **Estadio 'Germán Contreras' (Caja...**
1:00 p.m. UTC vs. A. Atlético
✢ **Estadio IPD (Huancayo)**
3:30 p.m. S. Huancayo vs. ADT
✢ **Estadio 'Monumental UNSA' (Are...**
6:00 p.m. Melgar vs. Cristal

**DOMINGO 9 DE MARZO**
✢ **Estadio Nacional**
3:00 p.m. Sport Boys vs. 'U'
✢ **Estadio 'Garcilaso de la Vega' (Cu...**
7:30 p.m. Cienciano vs. Comerciantes...

**LUNES 10 DE MARZO**
✢ **Estadio 'Campeones del 36' (Sull...**
3:00 p.m. A. Grau vs. Los Chankas
✢ **Estadio 'Guillermo Briceño' (Julia...**
7:00 p.m. Binacional vs. Juan Pablo II...

**DESCANSA: Cusco FC**

Cremas se reunieron y decidieron que cualquier problema o discusión se arreglará en la interna

# VESTUARIO CALIENTE

Dios perdona el pecado, pero no el escándalo. Universitario tomará en cuenta ese refrán, luego de la discusión verbal que tuvieron Williams Riveros y Rodrigo Ureña en pleno partido ante Alianza Universidad. El plantel decidió reunirse y tomar medidas.

Las voces más representativas tomaron la palabra y trascendió que Edison Flores fue quien impulsó la decisión que desde hoy en adelante ante cualquier problema, discusión o diferencias, todo se arreglará en el vestuario, sin miradas públicas.

En un momento se habría hablado de imponer una multa, pero se acordó que lo mejor era mantener la calma y apelar a la buena armonía con la que siempre se manejó el plantel. Después de las arengas y el compromiso de luchar por el tricampeonato, los cremas esperan seguir sumando ante Sport Boys.




## DATAZOS

**EL ECUATORIANO** José Carabalí sería de la partida ante Sport Boys.

**SE CONFIRMÓ** que el partido será en Estadio Nacional a las 3 p.m.

**"Hemos demostrado que somos un grupo muy unido. Las cosas se arreglan internamente".**
Matías Di Benedetto, defensa de la 'U'





# ARMA MORTAL




## CON UN 'CUCHILLAZO' ENTRE VARIAS PIERNAS, REAL MADRID GANÓ AL ATLÉTICO EN LA IDA DE OCTAVOS DE CHAMPIONS

**Madrid.-** Fue una noche de golazos. Hubo tres, pudieron ser más. Real Madrid derrotó 2-1 a Atlético Madrid en la ida de octavos de la Champions en el Santiago Bernabéu. Un derbi picante que terminó con el autor del triunfo, Brahim Díaz, desafiando al técnico Diego Simeone: 'Ahora, habla pues'.

El volante hispanomarroquí, en su partido 101 con los 'merengues', siempre buscó 'vacunar', hasta que lo logró a los 55'. Se llevó a dos jugadores, le rompió la cintura a José María Giménez y sacó un remate cruzado entre las piernas de varios 'colchoneros' para sentenciar el segundo del Madrid.

Previamente, el brasileño Rodrygo abrió el marcador para los blancos con un zurdazo espectacular apenas a los 4'. Atlético no se dejó dominar y encimó con velocidad y el desequilibrio de Julián Álvarez. El argentino se sacó a Camavinga y no metió el centro, sino un derechazo letal que rompió la red y se convirtió en el séptimo festejo de la 'Araña' en esta Champions. Una 'pintura' que pareció empujar la remontada del equipo del 'Cholo' hasta que apareció Brahim. La vuelta será el próximo miércoles en el Wanda Metropolitano.

**//HOY**

| | |
|---|---|
| PSG vs. Liverpool | (3:00 p.m./ESPN 2) |
| Benfica vs. Barcelona | (3:00 p.m./ESPN) |
| Feyenoord vs. Inter | (12:45 p.m./ESPN) |
| Bayern vs. Leverkusen | (3:00 p.m./ESPN 3) |

### DATAZO

**VINICIUS JR** le pide al Real Madrid 20 millones de euros limpios al año para renovar su contrato, que vence en 2027.

**//AYER**

| | | | |
|---|---|---|---|
| Dortmund | 1 | Lille | 1 |
| Brujas | 1 | Aston Villa | 3 |
| PSV | 1 | Arsenal | 7 |



### OCOPA LIBERTADORES

**Melgar buscará poner un pie en la fase de grupos de la Copa Libertadores cuando reciba hoy a Cerro Porteño en el Monumental UNSA (5:00 p.m./ESPN). El 'Ciclón' estuvo varado en Asunción, ya que el chárter era de empresa venezolana y tuvo que esperar la llegada de un avión peruano para poder viajar hacia Arequipa. Kenji Cabrera y Matías Lazo serán los abanderados mistianos.**

### CARNAVAL EN GUAYAQUIL

**Memphis Depay, Ángel Correa y André Carrillo serán el tridente ofensivo del Corinthians, que visita al Barcelona de Guayaquil en la ida de la fase 3 de la Libertadores (7:30 p.m./Disney+). El 'Timao' viene de clasificar a semifinales del Paulistao, mientras el local marcha líder en Ecuador.**



**SI CRISTAL NO GANA EN AREQUIPA, PEDIRÍAN RENUNCIA DE FARRÉ**

## SE LLENÓ DE BALÓN

Guillermo Farré está rodeado de jugadores y directivos, pero sabe muy bien que está solo. Los malos resultados han generado protestas de los hinchas y solo queda ganarle a Melgar si desea seguir siendo técnico de Sporting Cristal. Julio César Uribe, vocero del club e ídolo celeste, se habría alejado del entrenador, pues dista mucho de la forma como viene jugando el equipo. "Gustavo Zevallos (gerente deportivo) tiene su interpretación (de cómo se reforzó Cristal). La mía puede ser diferente, pero no la voy a exteriorizar", apuntó el 'Diamante'. Un traspié en Arequipa y pedirían la renuncia de Farré.



**'CR7' REFORZÓ SEGURIDAD ANTE AMENAZAS A SU FAMILIA**

## CHALECOS ANTIBALAS

Alerta máxima en la casa de Cristiano Ronaldo. El astro de Al-Nassr y su pareja Georgina vienen recibiendo mensajes de amenaza a la integridad física de todos los miembros de su familia y se han incorporado cuatro guardaespaldas y dos vigilantes más a los que ya tenían. Como medida de prevención, 'CR7' cambió de domicilio que cuenta con un búnker y sistema de vigilancia avanzado, además de restringir las publicaciones de sus hijos en redes sociales. Los insultos empezaron desde hace un tiempo, tras el documental reality de Netflix 'Soy Georgina'.




**Dice que en un momento SE SINTIÓ AGOBIADA POR VIDEO que difundió 'Urraca' donde se le ve DESFILANDO EN LENCERÍA**

**Le DESEA LO MEJOR A BAZÁN si está con SUSANA ALVARADO**

# Ely NIEGA ROMANCE CON PACO Y DE LEJITOS CON MAGALY

Ely Yutronic llegó al set de 'Café con la Chevez' y contó que en su momento se sintió agobiada por todo lo que provocó el que Magaly Medina difundiera un informe donde aparecía desfilando en lencería en un programa deportivo en Chile.

"El público peruano fue increíble, porque lejos de juzgarme me mostró su apoyo y me dijeron: 'Ely, no es ningún pecado haber sido modelo'. Si en algún momento pudo haber tenido una connotación negativa, creo que generó todo lo contrario, porque las personas pudieron conocer a la Ely humana, pero no solo eso me pasó al llegar a ATV, también me fracturé el pie e iba a conducir el noticiero en silla de ruedas, pero mira, lo que no te mata, te fortalece", dijo.

**¿Y en ATV todos son tus amigos o no todos?**

Todos son mis compañeros de trabajo y como en todo trabajo, me imagino, hay personas con las que tienes más afinidad y otras a las que ni siquiera las conoces...

**¿No te cruzas ni siquiera en el camino con Magaly?**

Sí, porque tenemos horarios parecidos y muchas veces ella está con su equipo en el pasillo y yo siempre digo buenas noches y algunas personas de su equipo saludan, otras no, pero mi padre y mi madre me enseñaron que siempre se saluda...

**En ATV se generó una polémica por la entrevista que le hizo Andrea Llosa a Christian Cueva. Ella dijo que había que respetar la casa, porque es su casa también como es la casa de Ely, porque siente que Magaly no respeta la casa. ¿Sientes lo mismo que Andrea?**

La verdad que no. No lo percibo así, porque considero que con mi equipo, que es a quienes considero mis más cercanos, tenemos una relación cordial. Yo con ella, como me la he cruzado una que otra vez el saludo general, pero no la identifico como alguien cercano, próximo a mí. Entonces no sería parte de mi casa, siendo muy sincera.

**Sientes que en algún momento, cuando se generó esta coquetería con Paco, ¿crees que se manoseó un poco ese tema?**

¿A qué te refieres exactamente?

**Porque se decía que sí había un romance...**

Creo que fluyó una conversación muy dinámica, aunque muchas personas decían 'eso está pauteado'. La verdad es que a él solamente lo conocía a través del enlace, nunca lo he visto.

**Al parecer está enamorado de Susana Alvarado**

La verdad que me pone muy contenta la felicidad de mis compañeros.

# Manolo la pega de curandero



**En serie 'Al fondo hay sitio' es El Muki**

Manolo Rojas contó que se vienen sorpresas con su ingreso a la serie 'Al fondo hay sitio' con su personaje 'El Muki'.

"Estoy contento con mi participación en la serie con El Muki, que anteriormente lo hacía en 'De vuelta al barrio'. Soy un curandero, un sanador que llega para darle paz a Francesca Maldini, quien tiene visiones y quiere comunicarse con su hija Isabella; así que se vienen cosas divertidas", refirió.

Por otro lado, Manolo sigue apostando por su faceta musical y anunció que lanzará nuevos temas junto a Vernis Hernández y Claudia Serpa.

"La música siempre ha sido una de mis pasiones y cada día se abren más posibilidades para mostrar mi talento", indicó. (E.C.)

# Chuiman: Nancy es una gran artista

**Cuenta que le pareció gracioso que diga estuvo 'enamorada de él'**

El actor Adolfo Chuiman tomó con humor las declaraciones de Nancy Cavagnari, quien hace unos días afirmó en el podcast 'Café con la Chévez' que había estado enamorada de él.

"Leí lo que dijo Nancy y me ha parecido gracioso, algo divertido, así como es ella. A Nancy la conozco de toda la vida, hemos trabajado juntos y estoy seguro de que lo dice por la admiración que me tiene. Ella es una gran artista y siempre le deseo lo mejor en la vida", comentó Chuiman.

**Tu fama de pícaro te sigue acompañando...**

Eso es por los personajes que hice y he trabajado con muchas chicas a las que he respetado y cuidado. (E.C.)



# Rebeca jala orejas a Cueva



**Por hablar de su pasado y no pensar en sus hijos**

Rebeca Escribens le dijo a Christian Cueva que tenga cuidado cuando habla de su pasado, pues a este pertenecen sus hijos y la madre de ellos, Pamela López.

"El presente no se compara", afirmó Cueva cuando en un podcast le preguntaron por la relación que tiene con Pamela Franco.

Ese comentario provocó la reacción de la conductora de 'América espectáculos' luego de difundir el informe.

"Hablar con desdén de tu pasado no se debe hacer, hay que tener mucho cuidado cuando hay hijos y una madre con la que se compartió una historia", detalló Escribens.

Como se sabe, Christian Cueva oficializó su relación con Pamela Franco el pasado 31 de octubre cuando apareció en un concierto al lado de la cantante para cantar a dúo el tema 'Dile' y 'El cervecero'.



# Hijo de Porcella se lanza como actor

Adriano estará en película mexicana

Adriano Porcella, hijo de Nicolla, debutará como actor en la película 'Esperpentos y la sociedad del bullying' en México
"Mi papá me ha dicho que la actuación puede parecer una carrera fácil, pero también es una profesión en la que se recibe muchas críticas y que debo estar preparado", dijo un entusiasmado Adriano. (J. Lino)

# Ney dejó ATV



'Urraca' quedó en shock al saber de su salida

Ney Guerrero dejó de pertenecer a ATV y la decisión del cese de su cargo le fue comunicada ayer.
Guerrero se desempeñaba como asesor y consultor de la alta gerencia.
"Lamentablemente Ney ya no está, algo que sin duda me ha dejado en shock. Para mí él debió ser el gerente de producción de ATV", dijo Magaly Medina. (C. Chévez)

Orbegoso **LE RECORDÓ QUE LLORÓ EN TELEVISIÓN NACIONAL** para decir que no iba a volver con Cueva

# Pamela y Dorita SE SACAN LOS OJOS

Franco dice que **SOLO LE INTERESA SU PRESENTE** y las personas que ama

Pamela Franco aseguró que no le dará importancia a Dorita Orbegoso, quien le recordó su pasado con su expareja, el exfutbolista 'Chemo' Ruiz, pero la 'morocha' no tardó en responderle y le recordó que tiempo atrás tuvo un romance clandestino con Christian Cueva.
"No necesito recordar el pasado porque vivo mi presente. Estoy superbién ahora, trabajando bastante, con mi familia y con la gente que amo... A la gente que le gusta vivir del pasado, bien por ellos. De la señora (Dorita) no quiero hablar nada porque no me importa ni me interesa. No dejaré que nada ni nadie busque sacarme de mi lado emocional. Me estoy aprendiendo a controlar", refirió Franco en 'América hoy'.
Al escuchar su versión, Dorita no tardó en responderle.
"No habla del pasado porque vive con el pasado, ¿a quién tiene a su costado?", comentó en alusión a Cueva.
Asimismo, Dorita recordó cuando Pamela le dio una entrevista a María Pía Copello y entre lágrimas afirmó que estaba arrepentida por haber tenido un romance clandestino con Cueva, mientras que él aún estaba con Pamela López.
"La señora se sentó en un programa a burlarse de una animadora. Todo el Perú le creyó sus lágrimas y dijo que no tendría perdón si volvía con el 'pasado'. Si quisiera hablar de la señora, lo hubiera hecho hace mucho tiempo, pero no me interesa", acotó Dorita.



# Laura confiesa que no sabe multiplicar

Debido a un trastorno y la pasa bien en 'Good time'

Laura Spoya confesó que no sabe multiplicar debido a la discalculia, dificultad para resolver problemas matemáticos.
"Es una condición que convive con el TDAH. O sea sí puedo (multiplicar) solo que con los deditos y me demoro. Matemáticas básica en la universidad fue un parto, lo pasé, pero raspando. Nunca he podido razonar las matemáticas, me río, pero en serio era muy estresante. Ya años después supe que es por el TDAH (trastorno con el que vive) y ya me siento mejor, pero eso sí, soy excelente en letras", explicó Laura Spoya quien la pasa bien en el podcast 'Good time'. (J. Lino)




**HOLA, MI BARRUNTO**... Llego embaladita para contarles los últimos chismes de Chollywood... **SAID PALAO** está a full con los preparativos para su boda con **ALE BAIGORRIA**, quien se fue a China por trabajo. Asu... **VANIA BLUDAU** coincidió en la misma playa el fin de semana con su expareja, **MARIO IRIVARREN**, quien se ganó con la presencia de la modelo, pero ella optó por ni mirarlo. Hummm... **JANET BARBOZA** anunció que tendrá un podcast donde hablará de todo un poco y adelantó que su primer invitado será **EDSON DÁVILA**. Manya... **CHRISTIAN DOMÍNGUEZ** saludó ayer en pantallas a su hija **CATALEYA**, quien cumplió 4 años, y estuvo en Chincha junto a **PAMELA FRANCO**. Ajá... **ROCÍO MIRANDA** se sumó a las críticas contra **SAMAHARA LOBATÓN** por su actitud de FBI siguiendo a su pareja, **BRYAN TORRES**. Ayayay... **ROSÁNGELA ESPINOZA** anda por Chile, donde está grabando contenido para el programa que lanzará en sus redes sociales. Manya... **PAMELA LÓPEZ** lanzará los 'chats' que tuvieron **CUEVA** y **MELISSA KLUG** en el programa 'El valor de la verdad'. Quema... **MACARENA VÉLEZ** se encerró en su depa a llorar por el ampay donde se le ve completamenente ebria. Nooo... Somos fuga porque mi amorcito está listo para darme una apretadita... Suuuaaaveee.

Dice que ES RIDÍCULO POR SUBASTAR LAS PRENDAS DE SKÁNDALO A UN SOL y recuerde que llegó a la agrupación de suerte

# Ricky: LA PELEA CON LUIGI FUE POR PLATA

Ricky Trevitazzo no se quedó callado y calificó de 'ridículo' a Luigi Carbajal, tras enterarse de que está subastando sus prendas de Skándalo y dijo que debería ser más agradecido con la agrupación.

"Hay que darle el valor a las cosas, pero valor sentimental. Si su valor sentimental a Skándalo es un sol, me parece totalmente ridículo. Tiene que acordarse de dónde salió, está menospreciando al grupo y que recuerde que él cayó de suerte a Skándalo. Nunca valoró al grupo ni la amistad de 25 años que tuvo conmigo", sostuvo Trevitazzo en 'América hoy'.

Asimismo, confirmó que su vínculo amical con Luigi Carbajal se terminó por dinero y que está tomando acciones legales en su contra, pues siente que no fue transparente con las ganancias que se obtuvo en el aniversario de la agrupación.

"Si me preguntan si me peleé con él por plata, sí, fue por plata. ¿Si tomaré acciones legales? Sí, pero no solo de mi parte, hay más personas. Si alguna vez lo veo, será en el tribunal porque cara a cara no quiero verlo nunca más", acotó Trevitazzo.

Cuenta que solo hablará con él en los tribunales

En tanto, Luigi Carbajal cree que Ricky está siendo mal influenciado por el fundador de Skándalo, Roly Ortiz.

"Me da muchísima pena que haya creído en otras personas y no en la amistad que teníamos de 25 años", expresó Carbajal.

## Karla cuadra a Domínguez



Le pidió que opine sobre su 'amiga' Pamela López

Karla Tarazona puso entre la espada y la pared a Christian Domínguez al preguntarle qué opinaba de su 'amiga' Pamela López por su participación en 'El valor de la verdad'.

"¿Y qué opinas de tu amiga?, ja, ja. Estará el domingo en 'El valor de la verdad'. Algo tienes que decir, trabajas en el programa", afirmó Karla.

"No voy a opinar por opinar, prefiero no hacer comentarios", señaló Domínguez.

## Vílchez: Amo a Melva



Y le celebró el cumpleaños a su novia

Carlos Vílchez celebró el cumpleaños de su novia Melva Bravo, 'la mujer de su vida'.

"Qué hermosa noche pasamos en un día tan importante para nosotros, te amamos, amor, feliz cumple", fue el mensaje de Vílchez en redes sociales para su novia.

Luego, refirió que su relación cada día crece.

"Nos conocemos más de doce años y nuestra relación marcha bien, nos queremos, la amo y le agradezco siempre por haberme ordenado la vida", contó.

Por otro lado, aclaró que nunca le faltó el respeto a Mario Hart tras el triunfo de Alianza Lima ante Sporting Cristal.

## Martínez hace mea culpa por Gisela

Roberto Martínez reconoció que fue el culpable del fin de su matrimonio con Gisela Valcárcel, con quien se casó en 1995.

"Yo la cag... Tuvimos todo para poder seguir, pero me tropecé, fue un buen tropiezo, ja, ja. Bueno, yo lo asumo como hombre y personalmente creo que hubo algunas decisiones que hoy no haría, como involucrar a tanta gente en nuestra relación, fue todo mediático y hasta nos casamos un poco por la gente", señaló Martínez en su podcast 'Qué tal cancha' y no descartó volverse a casar.



Reconoce que cometió un error y por eso se terminó su matrimonio

# familia bienestar

## Centra tu mente

En situaciones de estrés, no le hagas caso a tu ruido mental, respira profundo, despégate del problema y ve hacia la solución.



## Disfruta de no hacer nada

Todo el día estás haciendo cosas, busca un momento para estar tranquilo, mirar por la ventana y contemplar el cielo.



## Colon irritable

Los síntomas más comunes son inflamación, dolor y distensión abdominal, gases, y cuadros de estreñimiento y/o diarrea. Mucho cuidado.



SUELE APARECER EN FORMA DE AMPOLLAS

# ¿TUVISTE VARICELA? PODRÍAS DESARROLLAR HERPES ZÓSTER

Vacunarse es clave para evitar complicaciones y reducir el impacto de la enfermedad

POR: MARITZA LLANOS

El herpes zóster es una enfermedad que afecta a una de cada tres personas en algún momento de su vida. Se produce cuando el virus de la varicela, que queda inactivo en el cuerpo, se reactiva. Esto sucede con mayor frecuencia en adultos mayores de 60 años o cuando las defensas del cuerpo disminuyen debido a la edad, el estrés, enfermedades crónicas o tratamientos médicos.

"Hasta el 20% de las personas que tuvieron varicela pueden desarrollar herpes zóster en la edad adulta", señala Kaori Shimabukuro Higa, médico del Centro de Bienestar Auna, quien a su vez indica que este herpes suele aparecer en forma de ampollas en un solo lado del cuerpo, especialmente en el torso.

### ¿ES CONTAGIOSO?

Lo cierto es que los brotes de herpes zóster no se contagian de una persona a otra, pero la varicela sí se puede transmitir si una persona tiene contacto con el líquido que hay dentro de las ampollas, y si, además, no cuenta con inmunidad contra esta enfermedad. Por eso, mantener cubiertas las lesiones reduce el riesgo de propagación.

### ¿LA VACUNA ES NECESARIA?

Sí, Shimabukuro Higa recomienda la vacunación para adultos mayores de 50 años y personas con el sistema inmunológico comprometido. "Vacunarse es clave para evitar complicaciones y reducir el impacto de la enfermedad", enfatiza.

**SABÍAS QUE...**

**Puede causar complicaciones neurológicas como encefalitis, y aumentar significativamente el riesgo de accidentes cerebrovasculares e infartos de miocardio. También sordera o ceguera.**

## PADRES E HIJOS

Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

### SAL DE TU ZONA DE CONFORT

Si te sientes demasiado tranquilo, cómodo y esto no te permite asumir nuevos retos o hacer cambios que aporten a tu crecimiento personal y profesional, es hora de reconocer que ¡estás en tu zona de confort! Sin embargo, estar a gusto no siempre es un buen signo.

Y es que el éxito implica cambios y movimientos que denominamos retos y son esos retos los que le ponen sabor y color a nuestra vida, pintando nuestros sueños para materializarlos.

Esta zona muchas veces nos impide crecer, así que para salir de ahí es momento de ampliar tu perspectiva y abrir nuevos horizontes. Salir de la zona de confort estimula la creatividad al conocer nuevas posibilidades y romper con lo que es rutinario.

Inicia preguntándote si ¿eres el creador de tu realidad o el esclavo de tus pensamientos? ¿Qué creencias deseas desafiar para salir de esta zona? Respóndete e inicia el cambio. Recuerda que los sueños sin acciones solo son intenciones.

@julianasequera en Instagram

## LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

### Pudín de chocolate

**INGREDIENTES**

- 1/4 de taza de cocoa
- 2/3 de taza de azúcar
- 2 cdas. de maicena
- 1/4 de cdta. de sal
- 2 1/2 tazas de leche fresca
- 1 cdta. de vainilla
- 2 1/2 cdas. de mantequilla

**PREPARACIÓN**

Poner la cocoa, el azúcar, la maicena y la sal en una olla pequeña. Mezclar. Echar la leche y la vainilla. Integrarlas bien a la mezcla anterior. Llevar la olla al fuego y mover con un batidor de mano hasta que hierva. Cuando esto suceda, seguir moviendo hasta que el pudín comience a espesarse. Añadir la mantequilla y mezclar nuevamente. Servir en recipientes individuales. Dejar que enfríen y luego llevarlos a la refrigeradora y ¡listo!






**Falta de hierro también provoca irritabilidad y perjudica el fortalecimiento de huesos, advierte pediatra**

# ‘Depresión infantil puede ser por anemia’

**POR: ESTEFANY VALLADARES**



PEDIATRA ROSSY FARRO CALDERÓN

Cuando hablamos de niños con anemia, lo primero que se nos viene a la mente son imágenes de niños cansados y débiles. Pero esta enfermedad va más allá. Podría estar relacionada con depresión, irritabilidad, hiperactividad infantil y más afecciones.

Hablamos con la pediatra Rossy Farro Calderón sobre las consecuencias, entre comunes y raras, de la anemia en niños.

**Doctora, ¿cuáles son las consecuencias más frecuentes de la anemia infantil?**

Cansancio, fatiga, falta de energía, dificultad para concentrarse, debilidad, palidez y retraso en el desarrollo físico y mental.

**¿Eso quiere decir que la anemia altera el estado anímico de los niños?**

Así es. La falta de hierro reduce la oxigenación del cerebro. Por ende, los niños pueden estar apáticos y menos activos.

**¿También irritables?**

Por supuesto. Muchas veces la irritabilidad es una señal de que el niño tiene niveles bajos de hemoglobina.

**¿Podría causar depresión infantil?**

De todas maneras. Un niño con anemia se siente débil y cansado, y esa falta de motivación hace que se aísle de su entorno. Entonces no jugará con sus amigos o se cansará tan rápido (porque está débil) que preferirá aislarse. Esto también puede generar ansiedad en los pequeños.

**¿Qué otras consecuencias poco comunes trae la anemia en niños?**

Aunque es poco frecuente, algunos niños desarrollan el trastorno de Pica, donde tienen ganas de comer cosas no comestibles, como tierra, tiza, arena y hielo. También es común que niños con anemia no regulen su temperatura corporal y sean más sensibles al frío.

**¿Es cierto que la falta de hierro perjudica los huesos?**

Totalmente. Si bien el calcio y la vitamina D son clave para mantener los huesos fuertes, el hierro también es importante porque ayuda a la producción de colágeno y la mineralización ósea.

**Es decir...**

Si hay deficiencia de hierro, los huesos se vuelven más frágiles y aumenta la incidencia de fracturas. La caída de cabello, aunque no es frecuente, también es una señal de que hay anemia.

**¿Por qué?**

Porque cuando hay niveles bajos de hierro, los folículos pilosos (parte de la piel relacionada al crecimiento y caída de cabello) no trabajan bien, se alteran y esto favorece la caída de cabello.

**Se dice que la hiperactividad también podría ser una consecuencia de la anemia por falta de hierro, ¿es verdad?**

Pueden estar relacionados. De hecho, hay estudios que evidencian que los niveles de ferritina sérica (cantidad de hierro almacenado en el cuerpo) eran inversamente relacionados con la gravedad del trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH).

**Y eso quiere decir que...**

Niños con menos hierro en la sangre eran los más desatentos, impulsivos e hiperactivos. Por lo que podríamos decir que las reservas bajas de hierro explicarían hasta el 30% de la gravedad del TDAH.

**+datitos**

- La causa más común de anemia infantil, de 6 meses a 3 años, es la poca ingesta de alimentos ricos en hierro (de origen animal y vegetal).
- Los bebés prematuros son más propensos a tener anemia, porque nacen con menos glóbulos rojos y hemoglobina.

# trome ESCOLAR

→ESTADOS UNIDOS BUSCA A COMO DÉ LUGAR OBTENERLOS DE UCRANIA

# ¿Qué son los minerales raros?

No es casual que Estados Unidos insista en obtener de Ucrania la explotación y la extracción de sus minerales raros, metales de transición (buenos conductores de electricidad y calor, cuya aleación entre ellos es factible) que son indispensables para la industria de las nuevas tecnologías.

Se trata de 17 elementos químicos: escandio (Sc), itrio (Y), lantano (La), cerio (Ce), praseodimio (Pr), neodimio (Nd), prometio (Pm), samario (Sm), europio (Eu), gadolinio (Gd), terbio (Tb), disprosio (Dy), holmio (Ho), erbio (Er), tulio (Tm), iterbio (Yb) y lutecio (Lu).

También conocidos como tierras raras, porque en la química antigua a los óxidos metálicos se los llamaba 'tierras', se utilizan para fabricar imanes de neodimio usados en motores y vehículos eléctricos, máquinas de energía renovable y sofisticados equipos militares.

Asimismo, estos minerales raros se usan en baterías de ion litio (empleadas en vehículos, electrodomésticos, computadoras, teléfonos celulares y herramientas), circuitos electrónicos, catalizadores para la industria química, rayos X y microondas, por lo que son ambicionados por países y empresas para contar con suministros y reservas que permitan mantener la producción y satisfacer la creciente demanda de aparatos tecnológicos en el mundo.

✖ Se les llama tierras raras y son esenciales para nuevas tecnologías

## curiosidades

### EL CABALLO CÓNSUL DE CALÍGULA



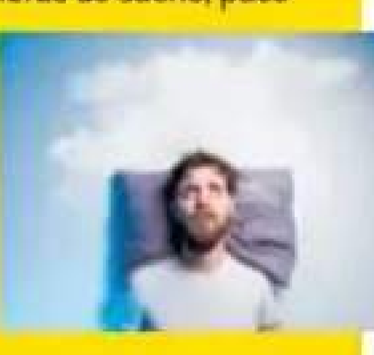
Incitatus era el caballo preferido de Calígula. El emperador romano tuvo una adoración desmedida por el animal, al punto de otorgarle 18 sirvientes para su cuidado y construirle una caballeriza de mármol, un pesebre de marfil, una villa con jardines y un palacio con muebles. Además, dormía con mantas color púrpura. Suetonio es quien cuenta que Calígula nombró cónsul a Incitatus, o al menos esas eran sus intenciones. Así, Calígula, que detestaba a los senadores por su actitud servil y pusilánime, otorgó a su caballo tal honor. "¿Por qué mi caballo, que es más inteligente y más noble que todos vosotros, no puede ser igual que vosotros?", aseguran que dijo Calígula.

## LA YAPA

**Neodimio, praseodimio, disprosio y terbio son esenciales para fabricar imanes de alta potencia usados en motores eléctricos y generadores de energía, la robótica y los sistemas avanzados de inteligencia artificial. China concentra hoy el 80% de la extracción y el procesamiento mundial de minerales raros, lo que va de la mano con que eso le permite dominar la producción de celulares, autos eléctricos y electrodomésticos, algo que Estados Unidos busca contrarrestar.**

## EL PORQUÉ DE LAS COSAS

**¿Por qué no comer en la noche genera insomnio?** Ir a la cama sin comer podría afectar gravemente las horas de sueño, pues un estómago vacío o con hambre asegura una noche sin pegar ojo o dormir muy mal. Esta falta de sueño se produce porque tu cerebro se mantiene despierto y en alerta.



Como los extremos son malos, lo más recomendable es comer algo saludable dos horas antes de irse a dormir.

## CÓMO SE ESCRIBE

### *Pompa*

Una pompa puede ser una burbuja. Las más frecuentes son las pompas de jabón. La pompa, en otro sentido, es la solemnidad o suntuosidad con que se desarrolla alguna acción o un evento. En México, se dice coloquialmente pompas a las nalgas. Cuando se quiere expresar el concepto con una cierta ternura, se usa el término pompis.

## MORAY

El sitio arqueológico de Moray está ubicado a 7 kilómetros de Maras, en el Valle Sagrado de los Incas y a 38 kilómetros al noroeste del Cusco. Parece una especie de anfiteatro, formado por varias plataformas circulares, situadas a 3500 metros sobre el nivel del mar. Moray era posiblemente un centro de investigación agrícola incaico donde se realizaron experimentos de cultivos a diferentes alturas.






ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS




inmuebles | vehículos | empleos | educación | oportunidades



## empleos

### Oficios

#### 304 Pedidos

**COCINERO(A)** otro AYUDANTE, cafetería colegio saco oliveros Lun-sab C.956324661 WhatsApp992411626

**MAESTRO(A)** PANADERO, con experiencia turno día Tlf.997-443-123.

CLASIFICADOS



¿AÚN NO ENCUENTRAS TU CANDIDATO IDEAL?

PUBLICA EN EMPLEOS

WWW.CLASIFICADOS.PE FONOAVISOS@COMERCIO.COM.PE

## esotérico

ANUNCIA AQUÍ
FONOAVISOS@COMERCIO.COM.PE

EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. / RUC: 20143229816

## salud

ANUNCIA AQUÍ
FONOAVISOS@COMERCIO.COM.PE

EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. / RUC: 20143229816

EL UNICO CURANDERO ESPIRITISTA
ANDERSSON
CONSULTA GRATIS
DESDE HUANCABAMBA - PIURA
EXPERTO EN AMARRES ETERNOS
AMARRES SEXUALES TEMPORALES
MATRIMONIALES Y DE AMBOS SEXOS
CON MESADAS Y RITUALES NORTEÑOS HARÉ VOLVER A TU PAREJA EN 6 HORAS. CURO NEGOCIOS Y DAÑOS
AV. ABANCAY 270 OF. 110 GALERÍA BOLIVAR
991914713 - 936113124

SI NO RESULTO TU AMARRE EN OTRO LUGAR VEN YO SOLUCIONO LOS CASOS MAS DIFICILES
NUNCA FALLO EN AMARRES Y CURACIONES ATIENDO EN MI CASA PARA MAYOR GARANTIA
SOLANGEL
CONSULTA GRATIS
LA DOCTORA DEL AMOR
LA MAS EFECTIVA EN AMARRES UNA VEZ QUE AMARRA NADIE LOS PODRA SEPARAR NUNCA PORQUE "AMARRO CON MUÑECOS VUDU" CON SU MAGIA AMORES
EXPERTA EN AMARRAR PAREJAS Y UNIR CORAZONES AL INSTANTE
AMARRO A EL O ELLA CON LA MAGIA MAS PODEROSA DEL MUNDO EL VUDU 100% SEGURO EN AMARRES ETERNOS TU NOVI@ TE PEDIRA MATRIMONIO HOY MISMO Y NUNCA TE TRAICIONARA CON NADIE
AMARRO PAREJAS DE TU MISMO SEXO S/ 400 ENVIO AMARRES A PROVINCIAS
PASION DE AMOR AFRODISIACO SEXUAL PARA EXITAR Y ESTAR CON EL O CON ELLA S/ 70
LA POCIMA DEL AMOR ETERNO ES LO MAS SEGURO EN AMARRES S/120
ESTAS ENAMORADO(A) DE EL O ELLA Y NO TE CORRESPONDE, EN EL AMOR TE DESPRECIA, TE HUMILLA, YA NO SUFRAS, NO DERRAMES MAS LÁGRIMAS CON SOLO ECHARLE LA POCIMA DEL AMOR ETERNO DOMINARAS SU CUERPO Y MENTE Y AL INSTANTE TE ACEPTARA COMO SU NOVIA(O) Y NUNCA SE ENTERARA QUE TU LO AMARRASTE ESTE HECHIZO DE AMOR NO FALLA NUNCA
CURO PERSONAS CON DAÑO FLOREZCO Y CURO NEGOCIOS PARA QUE GANES MUCHO DINERO
BANCO DE CREDITO: 19104007015089
BRUJERIA VUDU AMARRE VUDU 100% EFECTIVO NUNCA FALLA! AMARRANDO PAREJAS MUÑECO DEL MAL SEPARA AMANTES,CASTIGA INFIELES Y ENEMIGOS
AV. ABANCAY 929 PREVIA CITA 995006060

PRÓSTATA
CIRUGÍA LAPAROSCÓPICA de:
SIN CORTE, LÁSER
- IMPOTENCIA SEXUAL
- FALTA DE DESEO SEXUAL
- SEXUALIDAD DISMINUIDA
- INCONTINENCIA URINARIA
- EYACULACIÓN PRECOZ
- DISFUNCIÓN ERÉCTIL
- TUMORES
- CÁLCULOS
- QUISTES EN RIÑON
- URÉTERES
- VEJIGA
- GENITALES

EXPERIENCIA EN LA ESPECIALIDAD 20 AÑOS
- PRÓTESIS PENEANA
- VASECTOMÍA
- CÁNCER DE PRÓSTATA Y GENITALES PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

Dr. FUHAD HIRSH
DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES UROLÓGICAS
CMP12339
RNE10151
CIRUJANO - URÓLOGO - MAGISTER 00289 - DOCTORADO 00115
Clínica San Marcos CSM
Huaráz 1425 - 3er. piso - Breña CITAS: 999 456 028 940 247 348
Espalda Hospital del Niño - Lima
CONSULTA MÉDICA : LUNES A SÁBADO de 11am. a 5 pm.

CLASIFICADOS

PUBLICA TUS AVISOS EN CLASIFICADOS TROME



WWW.CLASIFICADOS.PE FONOAVISOS@COMERCIO.COM.PE

- ESPACIO DE TIEMPO EN QUE SE DIVIDEN LOS PERIODOS
- LATERAL DE LA CABEZA
- RÍO DE ESPAÑA
- DE QUEIROZ "EL PRIMO BASILIO"
- EXPRESA TIEMPO
- ESTE DÍA
- TAMBIÉN (INGLÉS)
- BENEFICIO OBTENIDO
- NATURAL DE IRÁN
- INTERJECCIÓN
- REY EN PORTUGUÉS
- REPITE EL SONIDO
- GUARIDA DEL OSO
- NOMBRE COMÚN DE DIVERSAS ESPECIES DE MAMÍFEROS
- ACTUAR, EJECUTAR
- DISCIPLINA FÍSICA Y MENTAL
- MOLIBDENO
- ... JOVI BANDA DE ROCK
- PATAGONES
- ERNESTO CARDENAL
- ... ALEGRÍA (ESCRITOR)
- VECINAS
- ESTRONCIO
- DIOS EGIPCIO
- LAGO SALADO DE ASIA
- LETRA DOBLE
- PLATA
- ARCO DE COLORES
- RETENCIÓN AGUDA DE ORINA
- AFLUENTE DEL RIN
- LETRA GRIEGA
- EXTRAÑO
- ATREVERSE
- ORO
- HORAS MATINALES
- RASPAR
- HABITACIÓN (INGLÉS)
- COFRADE
- COSO LIMEÑO
- RASPAN
- CONSONANTE
- "NOCHES DE ADRENALINA"
- FALLO
- LA CIUDAD DE LAS TEJAS
- LATERALES DE LA B
- RUBÉN DARÍO
- TIEMPO QUE SE DEDICA A DORMIR
- NIÑO PEQUEÑO
- EXTREMOS DEL ABC
- CÚSPIDE
- SUFIJO ALIMENTATIVO
- CERVEZA LIGERA
- NOBLE INGLÉS
- HIJA DE CADMO
- ESCUCHAN
- DIOS DEL AMOR
- FLOTA EN LA LECHE
- TECNOLOGÍA DE LA INFORMACIÓN Y LAS COMUNICACIONES
- EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA
- MAMÍFEROS CETÁCEOS
- NOTA MUSICAL
- ENAJENADO
- OSMIO
- DOS
- MONEDA OFICIAL DE IRÁN
- PREFIJO DESTINO
- RÍO EN RUSIA
- LENGUA DE PROVENZA
- BARIO
- INVENTOR DEL ASCENSOR
- RHO
- NORTE
- GUSTAVO ... ILUSTRÓ "EL QUIJOTE DE LA MANCHA"
- PALO DE LA BARAJA
- PRIMER FRATRICIDA
- COSTAL

# TU HORÓSCOPO



21.3 | 19.4

**ARIES.** Tu actitud entusiasta y positiva atrae. Verás que las cosas mejorarán y eso te hará sentir bien.



20.4 | 20.5

**TAURO.** Aún te encuentras a tiempo de cambiar esa conducta, deja de lado el pesimismo. Hay alguien que te observa.



21.5 | 20.6

**GÉMINIS.** En la vida se debe luchar por las cosas que valen la pena. Aclara esas dudas que te atormentan.



21.6 | 22.7

**CÁNCER.** Sientes deseos de cambiar y darte una nueva oportunidad, pero no pretendas que todos te den la razón.



23.7 | 20.8

**LEO.** Arranca este miércoles con buena actitud, solo así lograrás superar esos obstáculos. Deja fluir las cosas.



23.8 | 22.9

**VIRGO.** La vida nos pone pruebas que hay que superar. Esos problemas pasarán y verás la luz al final del túnel.

23.9 | 22.10

**LIBRA.** Necesitas tener los pies sobre la tierra y pensar en el futuro. Deja de lado las frivolidades, cambia.

23.10 | 21.11

**ESCORPIO.** Nuevas ideas surgen que te harán ver el panorama con más claridad. Recibirás una grata noticia laboral.



22.11 | 21.12

**SAGITARIO.** Encuentra la paz en tu interior y deja de ver los defectos de los demás. Alcanzarás un viejo deseo.

22.12 | 19.1

**CAPRICORNIO.** Tienes muchas cosas por hacer, no pierdas tiempo. Alguien del pasado desea hablar contigo. Confía.



20.1 | 18.2

**ACUARIO.** Empieza este día tratando de disfrutar lo que haces y ten cuidado que el estrés te puede pasar la factura.



19.2 | 20.3

**PISCIS.** Tu mal carácter puede hacer que algunas personas queridas se alejen de tu lado. Bota las malas vibras.

# PURAS letras

## ¿QUÉ DEBERÍA TENER UN QUIOSCO ESCOLAR? (1)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| B | E | N | E | F | A | P | R | E | V | E | N | I | R | E | L | F | O | R | M | Y |
| K | I | W | I | C | A | G | R | T | R | Y | H | F | A | U | H | I | Ñ | A | C | A |
| V | Z | P | F | A | A | R | R | O | Z | P | O | R | E | J | M | O | D | A | P | Y |
| G | F | A | A | C | Y | D | N | F | D | T | O | S | T | D | A | Z | B | O | A | U |
| A | C | Z | A | N | R | H | D | E | M | U | S | C | U | L | O | S | R | Z | R | D |
| L | L | F | A | E | I | A | U | V | Y | E | C | P | V | Z | A | T | C | O | A | A |
| L | V | A | C | F | V | F | Z | E | L | U | A | T | O | F | A | A | P | V | T | N |
| E | Z | E | F | Z | S | A | I | A | S | N | B | T | O | N | N | S | I | O | F | A |
| T | R | S | A | O | H | O | E | C | F | O | N | I | F | S | E | F | S | C | O | Y |
| E | R | F | O | C | R | R | D | R | A | E | S | I | R | L | D | T | F | A | L | A |
| R | Z | I | I | I | E | M | A | A | I | C | B | A | A | T | A | E | A | Z | P | Y |
| I | C | W | G | C | C | N | A | M | N | R | I | E | Z | D | N | U | F | A | M | U |
| A | I | F | A | O | C | I | I | C | A | I | R | O | A | C | N | O | C | Z | E | D |
| K | C | Z | A | E | B | C | F | F | I | E | F | S | N | I | F | A | C | A | J | S |
| F | S | X | S | Z | E | V | X | E | C | O | S | E | U | T | R | Y | H | D | E | V |
| C | Z | A | A | R | V | Z | A | Y | N | F | N | Q | R | D | Z | I | A | M | R | X |
| F | A | F | C | A | N | C | E | R | D | E | C | O | L | O | N | C | R | E | O | F |
| C | E | Y | R | E | A | L | U | D | A | Z | B | C | Z | A | N | D | A | Z | P | S |

- **CEREALES:**
- productos de
- panificación,
- galletería
- y cereales
- no refinados.
- Por ejemplo:
- kiwicha,
- quinua,
- cañihua,
- trigo,
- arroz,
- maíz,
- pan francés,
- tostadas.
- **BENEFICIOS:**
- Aportan fibra
- y ayudan a
- prevenir el
- cáncer de colon.
- Contribuyen
- a la formación
- y crecimiento
- de músculos
- y huesos.




## BUSCO DAMA PARA BELLA AMISTAD

**Cartas:** Jorge Salazar Araoz 171, Santa Catalina. La Victoria
**Mail:** doctoracarmen01@trome.com



**KARL.-** Buenos días, doctora Carmen, ante todo quiero felicitarla por su exitosa columna que es muy leída. Le cuento que soy un caballero soltero, sincero y alto que está interesado en conocer una linda chica, noble, sencilla, amable, agradable y apasionada, de 28 en adelante, para iniciar una bella y hermosa amistad. De preferencia que viva en Lima. Me gustan la música y las diversiones sanas. Los buenos sentimientos, el respeto y la sencillez, para mí, son lo más importante en cualquier relación. Gracias por publicar mi carta. Pueden escribirme a mi correo: **karlcharm@hotmail.com**

**DOCTORA CARMEN**

**Mira, hijito:**
Gracias por tu mensaje y por confiar en esta columna. Te aconsejo que seas auténtico y abierto en tus conversaciones. La paciencia y la actitud positiva serán claves para encontrar a la persona adecuada. No te desesperes, tranquilo, la indicada pronto aparecerá frente a ti. **Suerte.**

# TROME sudoku 321



| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 4 | 5 | 8 | | | | | |
| | | | | 7 | 5 | | 2 | |
| 8 | | | | 3 | 1 | | | |
| | 7 | 4 | | 5 | 9 | | | 3 |
| 5 | 3 | | 2 | | | | 7 | 9 |
| | 8 | | | 4 | | 5 | | |
| 4 | 5 | 6 | 3 | | | 2 | | |
| | 2 | | 6 | | | 3 | | 5 |
| | | 8 | | | 4 | | | |

# TROME SERIES

**NETFLIX**

## EL CASO GABBY PETITO



**TEMPORADAS: 1**
**CAPÍTULOS: 3**

En agosto de 2021, Gabby Petito fue asesinada por su prometido Brian Laundrie, mientras la joven pareja realizaba un viaje por carretera documentando su 'vida en furgoneta' en las redes sociales. Dos meses después se descubrió que Laundrie había muerto y se sospechó que sus padres ayudaron a encubrir el asesinato.

# SOLUCIÓN GRAMA






# EL BÚHO DISFRUTA CON SUS 'CACHORROS'

EL BUHO

Este *Búho* aprovecha los **últimos días de vacaciones de sus cachorros para distenderse lejos de la caótica Lima.** Se inicia un año escolar en medio de una crisis de inseguridad como en los tiempos del insano terrorismo de **Sendero Luminoso.** Ahora ni los colegios se escapan de los tentáculos de la criminalidad. Son extorsionados y amenazados con granadas en sus puertas. Y nuestros hijos se exponen a estos atentados. Frente a ese panorama terrorífico no existe autoridad con los pantalones bien puestos que enfrente este flagelo. Pero de eso ya escribiré en otra columna. Más bien, aprovechando los pocos días que quedan antes del reinicio escolar encendí mi carrito y nos fuimos en manchita **a la cálida localidad de Pachacámac,** a menos de una hora de Lima. A pesar de que se erige en la frontera de la ciudad, se trata de un pueblo rural con casitas separadas por chacras y establos. La actividad agrícola y ganadera sigue siendo de las más importantes. Pero, sin duda, su fama es por los deliciosos chicharrones de chancho que allí se preparan. Uno se topa con una chicharronería en cada esquina, y a medida que va ingresando al pueblo, los vendedores te saltan en el carro con trinche y un trozo de carne para que el visitante deguste. Ya en los puestitos, las mamitas que preparan este plato ofrecen cafecito recién pasado o jugo de fruta para acompañar. Al ingreso también se levanta **el santuario de Pachacámac,** con templos que aún se conservan intactos y que siglos atrás sirvieron como lugares de culto a la madre tierra. Se cruza el río Lurín, en donde en sus buenos años se recolectaba camarones. Hoy sirve como lugar de esparcimiento de lugareños, quienes los fines de semana organizan almuerzos o parrillas a las orillas.
Tras unos minutos más de recorrido entre frondosos árboles y restaurantes campestres se va ingresando a la plaza central. **Una bella glorieta es custodiada por eucaliptos y crisantemos amarillos.** Mientras abuelitos cantan a Dios, los niños disfrutan a sus anchas con sus pelotas y patinetas, yo disfruto de un delicioso postre de Rosita, una de las dulcerías más conocidas del lugar. Los pachacaminos son grandes agricultores de fresas y cada cierto tiempo realizan su festival y ofrecen en ferias sus productos, como mermeladas, jaleas y postres. En los establos ofrecen leche recién ordeñada y sus derivados, como mantequilla y queso. Además, **en agosto se apertura la temporada de las Lomas de Lúcumo** y una de mis actividades favoritas es el trekking con toda la familia. Hay ofertas para recorrer la comunidad y sus montañas en cuatrimoto. Si el visitante tiene buena resistencia física puede subir al mirador, después de una larga y empinada caminata. **En la cima del mirador uno contemplará la extensa costa de esta parte de Lima y el mar de Grau.** A las cinco de la tarde el sol regala un espectáculo maravilloso desde ese punto, pues cae en el horizonte y todo se pinta de colores naranjas y rojizos. Siempre los vecinos son amables y ante cualquier pregunta del visitante están prestos a responder y ayudar. Pachacámac sigue siendo ese refugio limeño a donde llegaba con mis viejitos en mi infancia. **Hoy lo hago con mis 'cachorros'** y sigo encontrando aquí un lugar de tranquilidad, a pesar de que se encuentre al límite de una ciudad caótica y sanguinaria como Lima. Apago el televisor. *